

# *Manejo de las Enfermedades Mentales y la Recuperación*

*Equipo de Recursos para la Implementación*



VERSIÓN DE BORRADOR  
2003

## Información para Personas que Han Experimentado Síntomas Psiquiátricos

### **¿Qué es el Programa del Manejo de las Enfermedades Mentales y la Recuperación?**

El programa del Manejo de las Enfermedades Mentales y la Recuperación consiste en una serie de sesiones semanales en las cuales profesionales de la salud mental, especialmente entrenados, le ayudarán a desarrollar sus estrategias personales para enfrentar la enfermedad mental y para salir adelante con su vida. El programa se puede proveer de una manera individual o en grupo, y generalmente dura de 3 a 6 meses.

### **¿Cuáles son las metas del Programa del Manejo de las Enfermedades Mentales y la Recuperación?**

- ▶ Aprender sobre la enfermedad mental y las estrategias para el tratamiento
- ▶ Disminuir los síntomas
- ▶ Reducir las recaídas y las rehospitalizaciones
- ▶ Progresar en el logro de metas personales y en la recuperación

## ¿Qué es lo que se provee en el Programa del Manejo de las Enfermedades Mentales y la Recuperación?

- ▶ Usted recibirá hojas educativas, hojas de planificación , y listas de actividades.
- ▶ Un profesional le ayudará a poner en práctica el contenido de las hojas educativas para que así usted desarrolle sus propias estrategias para el manejo de la enfermedad mental y para establecer y alcanzar sus propias metas.
- ▶ Usted tendrá oportunidades para practicar sus estrategias personales durante las sesiones y en su vida diaria.

## ¿Qué es lo que aprenderá en el Programa del Manejo de las Enfermedades Mentales y la Recuperación?

Los siguientes temas son presentados en las hojas educativas:

1. Estrategias para la recuperación
2. Hechos prácticos sobre la enfermedad mental
3. El modelo sobre la vulnerabilidad al estrés y estrategias de tratamiento
4. Creando apoyo social
5. Reduciendo las recaídas
6. Usando las medicinas eficazmente
7. Enfrentándose al estrés
8. Enfrentándose a los problemas y a los síntomas
9. Consiguiendo que sus necesidades sean satisfechas en el sistema de la salud mental

## ¿Cuál es el papel que juegan los miembros de la familia y otros grupos de apoyo en este programa?

Con su permiso, los miembros de la familia y otros grupos de apoyo, pueden involucrarse por medio de la lectura de las hojas educativas, asistiendo a algunas de las sesiones, y ayudándole a desarrollar e implementar los planes para enfrentarse a los síntomas, reduciendo las recaídas y buscando metas que lo lleven hacia recuperación.

## Para más información

Para saber más sobre el Programa del Manejo de las Enfermedades Mentales y la Recuperación visite nuestro sitio en la red de internet: [www.mentalhealthpractices.org](http://www.mentalhealthpractices.org) o póngase en contacto con su centro comunitario local de la salud mental.

Este documento es parte del equipo de los recursos de implementación de la práctica basada en la evidencia desarrollado por medio de un contrato (núm. 280-00-8049) de la Administración de los Servicios de la Salud Mental y Abuso de Substancias (SAMHSA)(siglas en inglés), el Centro para los Servicios de la Salud Mental (CMHS) (siglas en inglés) y una subvención de la Fundación de Robert Wood Johnson (RWJF)(siglas en inglés). Estos materiales están en forma de borrador para ser usados en un estudio piloto. Nadie puede reproducir, copiar, o distribuir esta publicación con fines lucrativos sin la autorización específica del SAMHSA (siglas en inglés).